

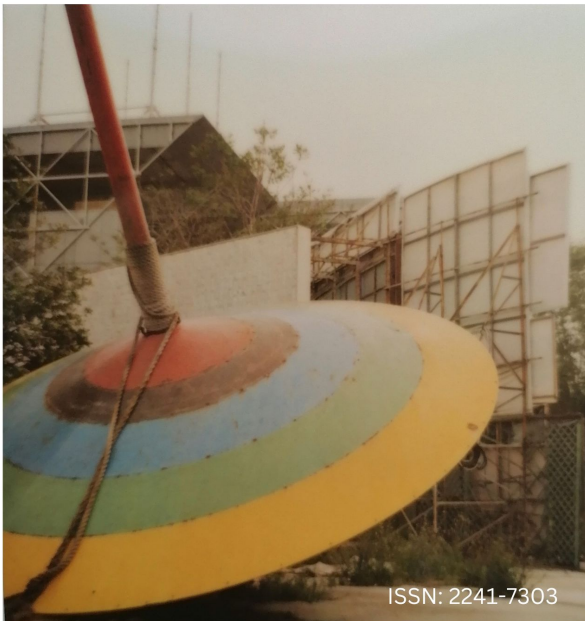
## Έρευνα στην Εκπαίδευση

Τόμ. 12, Αρ. 1 (2023)

### ΕΡΕΥΝΑ ΣΤΗΝ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

HELLENIC JOURNAL OF RESEARCH IN EDUCATION

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΑΙΔΑΓΟΓΙΚΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΩΝ ΠΡΑΚΤΙΚΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΧΟΛΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ  
Δ.Π.Θ.



ΤΟΜΟΣ 12 • ΑΡΙΘΜΟΣ 1

ISSN: 2241-7303

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ 2023

### Αξιοποιώντας την Αφηγηματική Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας για την Ενίσχυση της Βιώσιμης Επαγγελματικής Ανάπτυξης στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση

Κατερίνα Αργυροπούλου

doi: [10.12681/hjre.34640](https://doi.org/10.12681/hjre.34640)

Copyright © 2023, Κατερίνα Αργυροπούλου



Άδεια χρήσης [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

### Βιβλιογραφική αναφορά:

Αργυροπούλου Κ. (2023). Αξιοποιώντας την Αφηγηματική Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας για την Ενίσχυση της Βιώσιμης Επαγγελματικής Ανάπτυξης στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση. *Έρευνα στην Εκπαίδευση*, 12(1), 164–181. <https://doi.org/10.12681/hjre.34640>

# Αξιοποιώντας την Αφηγηματική Συμβουλευτική Σταδιοδρομίας για την Ενίσχυση της Βιώσιμης Επαγγελματικής Ανάπτυξης στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση

Κατερίνα Αργυροπούλου

Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

## Περίληψη

Οι θεωρητικές προσεγγίσεις της αφηγηματικής συμβουλευτικής για τη σταδιοδρομία έχουν επηρεαστεί από το κίνημα του κονστρουκτιβισμού και βρίσκονται, όπως και η επαγγελματική ζωή, σε συνεχή εξέλιξη. Σύμφωνα με τις προσεγγίσεις αυτές η επαγγελματική πορεία των ατόμων είναι αποτέλεσμα της «κατασκευής» που αυτά κάνουν, ανάλογα με το πώς νοηματοδοτούν την πραγματικότητα που τα περιβάλλει. Παράλληλα, η βιωσιμότητα στη σταδιοδρομία σηματοδοτεί τη δυναμική αλληλεπίδραση του ατόμου με το περιβάλλον με τέτοιο τρόπο, ώστε το άτομο να αυτορυθμίζεται και να εξελίσσεται. Έτσι, η παρούσα έρευνα επιχειρεί να διερευνήσει την επαγγελματική ιστορία μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών σε σχέση με τη βιώσιμη επαγγελματική τους ανάπτυξη και την πραγματοποίηση στόχων με κοινωνικό περιεχόμενο. Οι συμμετέχοντες της έρευνας ήταν 26 μεταπτυχιακοί φοιτητές και φοιτήτριες που παρακολουθούν μεταπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών στη συμβουλευτική και τον επαγγελματικό προσανατολισμό. Για την ανάλυση των δεδομένων αξιοποιήθηκε η θεματική ανάλυση περιεχομένου προκειμένου να αναδυθούν επιμέρους θεματικές κατηγορίες, θέματα και υποθέματα, όπως επίσης και οι σχέσεις που αναπτύσσονται μεταξύ τους. Τα αποτελέσματα καταδεικνύουν ότι το αφηγηματικό εργαλείο «Η Επαγγελματική Μου Ιστορία» τους βοήθησε να σχεδιάσουν τα επόμενα εκπαιδευτικά και επαγγελματικά τους βήματα, ενώ συνετέλεσε στην ανάπτυξη βιώσιμων σχεδίων για το μέλλον και την απόδοση νοήματος και σκοπού στο ρόλο της επαγγελματικής τους δραστηριότητας, με τη συνειδητοποίηση του αντίκτυπού της στους ίδιους και το κοινωνικό σύνολο.

## Abstract

Theoretical approaches of narrative career counseling have been influenced by the constructivism movement and are like professional life, in constant evolution. According to these approaches individuals' career paths are the result of the construction they make, depending on how they make sense of the reality that surrounds them. At the same time, sustainability in career signals the dynamic interaction of the individual with the environment in such a way that the individual is self-regulating and evolving. Thus, this research attempts to explore the career story of postgraduate students in relation to their sustainable career development and the realization of their goals with social content. The participants of the study were 26 graduate students pursuing a master's degree program in counseling and career guidance. Thematic content analysis was used to analyse the data in order to identify individual thematic categories, themes and sub-themes, as well as the relationships between them. The results demonstrate that the narrative tool "My Career Story" helped them to plan their next educational and professional steps and contributed to the development of their sustainable plans for the future giving meaning and purpose to the role of their professional activity, realizing its impact on themselves and the society as a whole.

© 2023, Κατερίνα Αργυροπούλου  
Άδεια CC-BY-SA 4.0

**Λέξεις-κλειδιά:** αφηγηματική θεωρία, η επαγγελματική μου ιστορία, βιώσιμη επαγγελματική ανάπτυξη, τριτοβάθμια εκπαίδευση.

**Key words-** narrative theory, my career story, sustainable career development, higher education.

## Εισαγωγή

Οι σημαντικές εξελίξεις που διαμορφώνονται από το ευρύτερο ιστορικό, κοινωνικό, οικονομικό και πολιτικό πλαίσιο επηρεάζουν με ραγδαίο ρυθμό όλους σχεδόν τους τομείς της δραστηριότητας του

---

Υπεύθυνος επικοινωνίας: Κατερίνα Αργυροπούλου, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, [kargirop@eds.uoa.gr](mailto:kargirop@eds.uoa.gr)

URL: <http://ejournals.epublishing.ekt.gr/index.php/hjre/index>

ανθρώπου και μεταβάλλουν, σε μεγάλο βαθμό, την επαγγελματική του ζωή. Προκειμένου, η συμβουλευτική για τη σταδιοδρομία να ανταποκριθεί στις νέες προκλήσεις και προσκλήσεις, αλλά και να υποστηρίξει το άτομο κατά έναν ουσιαστικό και αποτελεσματικό τρόπο είναι απαραίτητο να εστιάσει την προσοχή της: α) στην παροχή βοήθειας και υποστήριξης για την επιλογή κατάλληλων τομέων σπουδών και σταδιοδρομίας, β) στην απόδοση νοήματος στη διαχείριση της επαγγελματικής πορείας και γ) στην αναζήτηση μιας αίσθησης σκοπού και συνεισφοράς στο κοινωνικό σύνολο (Maree & Di Fabio, 2018). Κύριο μέλημα, λοιπόν, των συμβούλων σταδιοδρομίας και επαγγελματικού προσανατολισμού είναι να βοηθήσουν τους ανθρώπους να συνδέσουν αυτό που θεωρούν ως σκοπό της ζωής τους ή το ρόλο τους στην ευρύτερη κοινωνία με τη δραστηριότητα που επιτελούν στο πλαίσιο του εργασιακού τους ρόλου (Dik & Duffy, 2009). Ως εκ τούτου, η συμβουλευτική για τη σταδιοδρομία καθίσταται πλέον, μία δυναμική διαδικασία, που διερευνά τα ζητήματα της σταδιοδρομίας συνδιαλεκτικά με τα προσωπικά ζητήματα, καθώς επιτρέπει στο άτομο να καθορίσει ποιος είναι και τι θέλει να γίνει σε σχέση με τη σταδιοδρομία του και τη ζωή του ευρύτερα (Savickas, 2013).

Παράλληλα, οι μεθοδολογικές προσεγγίσεις της συμβουλευτικής για τη σταδιοδρομία απομακρύνονται από το παραδοσιακό πνεύμα του θετικισμού και, μέσα από τη δημιουργία νέων θεωρητικών κατευθύνσεων περνούν σε μία περισσότερο ολιστική προσέγγιση λαμβάνοντας υπόψη το ευρύτερο πλαίσιο μέσα στο οποίο το άτομο ζει και αλληλεπιδρά (Savickas, 2005). Επιπλέον, αποδίδουν πλέον, έμφαση στην υποκειμενική και όχι στην αντικειμενική πραγματικότητα (Καλίρης & Κρίβας, 2013). Σε ένα τέτοιο πλαίσιο παροχής υπηρεσιών, ο επαγγελματικός προσανατολισμός μετατοπίζεται από την καθοδήγηση και τις συγκεκριμένες υποδείξεις σε μία περισσότερο δυναμική και ολιστική διαδικασία, όπου το άτομο έχει ενεργό ρόλο (Savickas et al., 2009) και καθίσταται ικανό να χειρίζεται υπεύθυνα τα ζητήματα της σταδιοδρομίας του συμβάλλοντας με τέτοιο τρόπο στην προσωπική και επαγγελματική του ζωή, ώστε να συνεισφέρει σε έναν καλύτερο κόσμο με μια ευρύτερη έννοια (Αργυροπούλου, 2022).

Οι θεωρητικές προσεγγίσεις της αφηγηματικής συμβουλευτικής για τη σταδιοδρομία έχουν επηρεαστεί από το κίνημα του κονστρουκτιβισμού (Patton & Machon, 2006) και βρίσκονται, όπως και η επαγγελματική ζωή, σε συνεχή εξέλιξη. Οι εν λόγω προσεγγίσεις ακολούθησαν την αφηγηματική στροφή στον ευρύτερο χώρο της συμβουλευτικής ψυχολογίας (Issari & Karayianni, 2013), η οποία αντανάκλα τη στροφή από τη συλλογή πληροφοριών για τους ωφελούμενους στη δημιουργία εμπειριών μέσω των ιστοριών τους. Η αφήγηση βρίσκεται στον πυρήνα των θεωριών της αφηγηματικής συμβουλευτικής παρέχοντας στα άτομα τη δυνατότητα να παρουσιάζουν την ιστορία της ζωής τους στο σύνολό της (Kaliris & Issari, 2022). Σύμφωνα με τις προσεγγίσεις αυτές η επαγγελματική πορεία των ατόμων είναι αποτέλεσμα της «κατασκευής» που αυτά κάνουν, ανάλογα με το πώς νοηματοδοτούν την πραγματικότητα που τα περιβάλλει. Η ενέργεια αυτή σχετίζεται με τις αξίες τους, τις διαπροσωπικές τους σχέσεις, τις επιδράσεις που δέχονται από ποικίλους διαπλεκόμενους παράγοντες (ατομικούς, κοινωνικούς, οικονομικούς, περιβαλλοντικούς κτλ.) αλλά και το πώς βλέπουν το μέλλον τους (Κασσωτάκης, 2014). Η εικόνα, λοιπόν, που διαμορφώνει ο καθένας για την πραγματικότητα διαφέρει από εκείνη του άλλου, διαφοροποίηση που αντανάκλαται και στην υποκειμενική «κατασκευή» της αντίληψης του καθενός για τη σταδιοδρομία του. Υπό το πρίσμα αυτό, η αφήγηση ιστοριών έχει καίρια σημασία για τη σταδιοδρομία του ατόμου ώστε να κατανοήσει, μέσα από τις αφηγήσεις αυτές τον εαυτό του και να συνειδητοποιήσει το πώς αντιλαμβάνεται τον κόσμο και πώς ερμηνεύει τις αλλαγές που συμβαίνουν γύρω του, βλέποντάς αυτές μέσα από τον «προσωπικό του φακό». Η διάδοση των αφηγηματικών προσεγγίσεων στη συμβουλευτική για τη σταδιοδρομία κερδίζει όλο και περισσότερο έδαφος στην αντιμετώπιση των σύγχρονων προκλήσεων, καθώς εισάγει μεθόδους συμβουλευτικής παρέμβασης που μπορεί να αποκαλύψουν όχι μόνο τους στόχους, τις προσωπικές αξίες και τις πεποιθήσεις του ατόμου, αλλά τη συνολικότερη αντίληψη που έχει το ίδιο για τον εαυτό του και τον ρόλο του σε μια εποχή συνεχών μεταβολών (Αργυροπούλου & Αντωνίου, 2020).

Για το λόγο αυτό, η συνεχής επαγγελματική ανάπτυξη των συμβούλων σταδιοδρομίας καθίσταται απαραίτητη προκειμένου να είναι σε θέση να διερευνούν και να νοηματοδοτούν τον Εαυτό τους ως ένα βιώσιμο σχέδιο (Argyroulou et al., 2020a). Οι εκπαιδευτικές εμπειρίες τους «πρέπει συνεχώς να αναθεωρούνται και να προσαρμόζονται, προκειμένου να αποκτούν τις κατάλληλες γνώσεις, την ευσυνειδησία και τις ικανότητες για να παρέχουν αποτελεσματικές υπηρεσίες επαγγελματικής συμβουλευτικής» (Niles et al., 2009, p. 358). Επίσης, είναι αναγκαίο να διαθέτουν επαρκείς γνώσεις

και δεξιότητες που ανταποκρίνονται στους ποικίλους λειτουργικούς τους ρόλους (Schiersmann et al., 2012). Με τον τρόπο αυτό, οδηγούνται στην ανάγκη να γίνουν εκλεκτικοί στο έργο τους. Αυτό σημαίνει ότι δεν μπορεί πλέον να βασίζονται σε μία μόνο θεωρία για να αντιμετωπίσουν όλα τα ζητήματα των ωφελούμενων αλλά χρειάζεται να στρέφονται προς ένα ευρύ φάσμα θεωριών, εννοιολογικών κατασκευών και ιδεών (Καλίρης, 2019α). Δεδομένης, μάλιστα, της αυξημένης ανάγκης για παροχή ολιστικών υπηρεσιών συμβουλευτικής στους ωφελούμενους απαιτείται και η εκπαίδευση που λαμβάνουν να έχει ολιστικό χαρακτήρα. Το Ευρωπαϊκό Δίκτυο Πολιτικής για τον Δια Βίου Επαγγελματικό Προσανατολισμό (ELGPN) υπογραμμίζει τη σημασία της επαρκούς εκπαίδευσης των επαγγελματικών συμβούλων με τρόπο που να προωθεί τη συνεργασία με άλλους επαγγελματίες προκειμένου να παρέχονται ολιστικές υπηρεσίες που θα ανταποκρίνονται στις πολλαπλές ανάγκες των ωφελούμενων (Hooley, 2014). Επιπλέον, λόγω της πολυπλοκότητας του αντικειμένου η εκπαίδευση των συμβούλων σταδιοδρομίας είναι αναγκαίο να παρέχεται, πρωτίστως, στα ανώτατα εκπαιδευτικά ιδρύματα (Schiersmann et al., 2012). Ωστόσο, οι έρευνες για την επαγγελματική ανάπτυξη μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών στη συμβουλευτική και τον επαγγελματικό προσανατολισμό είναι ελάχιστες.

Από ψυχολογική άποψη, η βιωσιμότητα και η βιώσιμη ανάπτυξη συγκροτούν ένα διεπιστημονικό πλαίσιο προβληματισμού που εμπλέκει και τις κοινωνικές ή/και τις ανθρωπιστικές επιστήμες (Rosen, 2017) συμβάλλοντας έτσι, στην ευημερία του ατόμου και της ευρύτερης κοινωνίας. Η προοπτική αυτή μπορεί να συνδεθεί με την προοπτική της πρωτογενούς πρόληψης, η οποία υποστηρίζει μέσω έγκαιρων συμβουλευτικών παρεμβάσεων: (α) την απόδοση νοήματος και σκοπού στο ρόλο της επαγγελματικής δραστηριότητας, με τη συνειδητοποίηση του αντίκτυπου της στο ίδιο το άτομο και το κοινωνικό σύνολο, και (β) την αξιοποίηση τόσο προσωπικών πόρων όσο και κοινωνικών που επιτρέπουν στα άτομα να «ευδοκιμήσουν» πλήρως και να συνεισφέρουν ουσιαστικά στην κοινωνία (Αργυροπούλου & Μουράτογλου, 2022). Οι προηγμένες αφηγηματικές συμβουλευτικές παρεμβάσεις για τη σταδιοδρομία μπορούν να προωθήσουν τη δημιουργία νοήματος για το τι συνιστά πραγματική βιωσιμότητα για τους ανθρώπους. Η πραγματική βιωσιμότητα εδώ αναφέρεται στους βασικούς στόχους, τα ενδιαφέροντα και τις αξίες των ανθρώπων προκειμένου να αναγνωρίζουν συνειδητά ποιο τμήμα του κόσμου της εργασίας ταιριάζει στη δική τους επαγγελματική ταυτότητα και σταδιοδρομία και να προωθούν βιώσιμα σχέδια σταδιοδρομίας-ζωής εμπνεόμενοι επιτυχημένες δράσεις για θετική αλλαγή (Μουράτογλου, Αργυροπούλου & Χαροκοπάκη, 2022).

Βάσει αυτής της συλλογιστικής, η παρούσα έρευνα επιχειρεί να προσδιορίσει κατά πόσο η αξιοποίηση της αφηγηματικής συμβουλευτικής για τη σταδιοδρομία μπορεί να προάγει τη βιώσιμη επαγγελματική ανάπτυξη και την πραγματοποίηση στόχων με κοινωνικό περιεχόμενο σε μεταπτυχιακούς φοιτητές/τριες τριτοβάθμιας εκπαίδευσης.

## **Θεωρία για τη Δόμηση της Ζωής και της Σταδιοδρομίας**

Η Θεωρία για τη Δόμηση της Ζωής και της Σταδιοδρομίας υποστηρίζει τους ανθρώπους να ανακαλύψουν τι θέλουν να γίνουν και όχι μόνο να εντοπίσουν τα προβλήματα που θέλουν να αποφύγουν ή να αντιμετωπίσουν στη σταδιοδρομία τους (Savickas et al., 2009). Η συμβουλευτική Σχεδιασμού Ζωής (Life Design), η οποία βασίζεται στη Θεωρία για τη Δόμηση της Ζωής και της Σταδιοδρομίας υποστηρίζει τους ωφελούμενους να αναγνωρίσουν μεγάλες θεματικές ενότητες ζωής με τον τελικό στόχο της κατασκευής νοήματος από τη ζωή τους ευρύτερα (Καλίρης, 2019β). Αυτή η διαδικασία της εαυτοκατασκευής εμπεριέχει τη δόμηση του εαυτού ως «ιστορία» και την ενδυνάμωση του εαυτού ως μια «εσωτερική πυξίδα» που μπορεί το άτομο να χρησιμοποιεί για να αντιμετωπίζει τις επικείμενες αλλαγές. Η προσέγγιση αυτή, επίσης, στοχεύει στην ενίσχυση της προσαρμοστικότητας του ατόμου, δηλαδή στην ανάπτυξη ενδιαφέροντος για τη σταδιοδρομία, έλεγχο του εαυτού, πίστης στις δυνάμεις και ανακάλυψης εναλλακτικών προοπτικών, παρά το κλίμα ρευστότητας που επικρατεί (Μικεδάκη, 2019). Υπό το πρίσμα αυτό, ενθαρρύνεται η κατασκευή μιας καινούργιας αφήγησης για τη σταδιοδρομία η οποία διακρίνεται από συνοχή, συνέχεια και αξιοπιστία, αναδεικνύει νοηματοδότηση, ενώ είναι περισσότερο λειτουργική για το ίδιο το άτομο (Arthur, Neault & McMahon, 2019). Ως εκ τούτου, η συμβουλευτική για τη σταδιοδρομία διακρίνεται από έναν προληπτικό χαρακτήρα, δηλαδή, προετοιμάζει το άτομο για τη ζωή και τη σταδιοδρομία του και δεν λαμβάνει χώρα μόνο σε περιπτώσεις που αυτό καλείται να πάρει μια απόφαση ή χρειάζεται καθοδήγηση. Με άλλα λόγια, η σταδιοδρομία τίθεται στο πλαίσιο ενός σχεδίου ζωής και δεν εξετάζεται ξεχωριστά από την υπόλοιπη δράση του

ατόμου, αφού το άτομο έρχεται αντιμέτωπο με αλλαγές που αφορούν την εργασία, την προσωπική και κοινωνική ζωή, την υγεία και άλλες πτυχές του βίου του.

Βασικά συστατικά στοιχεία της εν λόγω προσέγγισης είναι η αφηγηματικότητα (narratability), η αυτοβιογραφικότητα (autobiographical narrative), η αναστοχαστικότητα (reflexivity) και η νοηματοδότηση (meaning making). Η αφηγηματικότητα αναφέρεται στην ικανότητα του ατόμου να διατυπώνει με ευκρίνεια ιστορίες ζωής-σταδιοδρομίας, να διηγείται ποιο είναι και να ακούει τον εαυτό του αναπτύσσοντας έτσι, την αυτοαντίληψή του με συνέχεια και συνοχή (Rossier et al., 2021) διαμορφώνοντας σκοπούς στη ζωή του. Η αφηγηματικότητα, δηλαδή, καθιστά δυνατή τη βαθιά ανάλυση της επαγγελματικής ταυτότητας και τον προσδιορισμό των δυνατοτήτων που έχουν οι άνθρωποι για αλλαγές στην πορεία της σταδιοδρομίας τους. Παράλληλα, η αυτοβιογραφικότητα εντοπίζει τα βασικά θέματα ζωής των ανθρώπων (που αποκαλύπτονται μέσα από τις ιστορίες), ενώ ενισχύει την ικανότητά τους να χρησιμοποιούν τη διαχείριση της σταδιοδρομίας τους για να υποστηρίξουν τους εαυτούς τους. Παρομοίως, η αναστοχαστικότητα αναφέρεται σε μια δυναμική και συνεχή διαδικασία βελτίωσης της αυτογνωσίας, όπου το άτομο παρατηρεί και αξιολογεί τον εαυτό του και τον κόσμο γύρω του εμπλουτίζοντας την επίγνωσή του (Di Fabio, Maree, & Kenny, 2018) και αξιοποιώντας τις αυθεντικές αξίες και τις ουσιαστικές πτυχές της επαγγελματικής του προσωπικότητας για να δομήσει το μέλλον του (Bangali & Guichard, 2012). Τέλος, η νοηματοδότηση διαμορφώνει προθέσεις, γεννά τη σκοπιμότητα, η οποία δίνει κατεύθυνση στη ζωή και δημιουργεί δεσμεύσεις με τον ίδιο τον εαυτό.

#### *Συνέντευξη Δόμησης Σταδιοδρομίας*

Ακολουθώντας τη συγκεκριμένη προσέγγιση η συμβουλευτική για τη σταδιοδρομία διακρίνεται από πέντε στάδια: το στάδιο της *κατασκευής* (construction), το στάδιο της *αποδόμησης* (deconstruction), το στάδιο της *αναδόμησης* (reconstruction), το στάδιο της *συγκατασκευής* (co-construction) και τέλος το στάδιο της *δράσης* (action) (Savickas, 2013). Συγκεκριμένα, στο πρώτο στάδιο, της κατασκευής, αναζητούνται απαντήσεις σε τέσσερις βασικές ερωτήσεις (δομημένη συνέντευξη), οι οποίες παρέχουν ένα πλαίσιο για νοηματοδότηση, αποσαφήνιση σκοπού, διαμόρφωση προθέσεων και ώθηση για δράση: α) Ποια είναι τα τρία άτομα που θαυμάζεις από οποιοδήποτε χώρο; (εικόνα εαυτού), β) Ποιο είναι το αγαπημένο σου περιοδικό, βιβλίο, ιστοσελίδα ή τηλεοπτική εκπομπή και γιατί; (το επαγγελματικό περιβάλλον που το άτομο θεωρεί ότι ταιριάζει), γ) Ποια είναι η αγαπημένη σου ιστορία αυτόν τον καιρό; (το επαγγελματικό σενάριο ή το βασικό θέμα ζωής και σταδιοδρομίας), και δ) Ποιο είναι το αγαπημένο σου σύνθημα ή ρητό; (συμβουλευτική εαυτού) (Savickas & Hartung, 2012).

Σύμφωνα με τα παραπάνω, τα πρότυπα αποτελούν κεντρικά στοιχεία της αυτοαντίληψης και αναδεικνύουν την ενσωμάτωση των προσωπικών χαρακτηριστικών στη δόμηση του εαυτού και της σταδιοδρομίας. Παρομοίως, τα αγαπημένα περιοδικά, βιβλία, ιστοσελίδες ή τηλεοπτικές εκπομπές σηματοδοτούν τα είδη των επαγγελμάτων ή τους τομείς εκπαίδευσης που προκαλούν το ενδιαφέρον του ατόμου και ταιριάζουν με τον τρόπο ζωής του. Ακολούθως, η αγαπημένη ιστορία υποστηρίζει ένα πιθανό σενάριο για το τι χρειάζεται το άτομο να κάνει μετά, ενώ το αγαπημένο ρητό εκφράζει την καλύτερη συμβουλή για τον εαυτό του, ενισχύοντας την αίσθηση ελέγχου για την προσωπική του ζωή. Μεταβαίνοντας στο δεύτερο στάδιο της αποδόμησης οι αφηγήσεις που εμπεριέχουν αυτοπεριοριστικές πεποιθήσεις και αρνητικές αντιλήψεις νοηματοδοτούνται με έναν διαφορετικό τρόπο με σκοπό την αυτοδιερεύνηση, ενώ στο τρίτο στάδιο, αυτό της αναδόμησης επιδιώκεται η ανάδυση μιας νέας ιστορίας, με συγκεκριμένη πλοκή και νοηματοδότηση που διαμορφώνει με τη σειρά της, ένα «πορτρέτο ζωής», το οποίο δίνει έμφαση σε νέες συνειδητοποιήσεις. Η σύνθεση αυτού του πορτρέτου γίνεται με βάση το ρόλο που θέλει να παίξει το άτομο, το περιβάλλον που φαντάζεται τον εαυτό του, το σενάριο της σταδιοδρομίας που επιδιώκει να ακολουθήσει, τη συμβουλή που δίνει στον εαυτό του για να ενεργήσει. Τέλος, στο στάδιο της συγκατασκευής το πορτρέτο ζωής εμπλουτίζεται με μια αίσθηση προοπτικής προκειμένου το άτομο να επεκτείνει την αναθεώρηση του εαυτού του μέσα από τον ενεργό πειραματισμό στον πραγματικό κόσμο (Savickas, 2005).

## **Βιώσιμη Επαγγελματική Ανάπτυξη**

Η βιωσιμότητα στη σταδιοδρομία σηματοδοτεί τη δυναμική αλληλεπίδραση του ατόμου με το περιβάλλον με τέτοιο τρόπο, ώστε το άτομο να αυτορυθμίζεται και να εξελίσσεται (Argyropoulou, et al., 2020a). Το αειφόρο πρότυπο της σταδιοδρομίας υποστηρίζει την αξιοποίηση τόσο προσωπικών όσο και κοινωνικών πόρων (δυνάμεων), που επιτρέπουν στα άτομα να «ευδοκιμήσουν» πλήρως και να συνεισφέρουν ουσιαστικά στην κοινωνία. Έτσι, το άτομο αποδίδει νόημα και σκοπό στο ρόλο της επαγγελματικής του δραστηριότητας, με τη συνειδητοποίηση του αντίκτυπού της τόσο για το ίδιο όσο και για το κοινωνικό σύνολο. Αυτό σημαίνει ότι οι άνθρωποι αναγνωρίζουν ότι αναπτύσσονται, προσωπικά και επαγγελματικά, επιδιώκοντας να μεγιστοποιήσουν το δυναμικό τους, να αποδώσουν μεγαλύτερη αξία στην επαγγελματική τους διαδρομή και να προωθήσουν θετικούς προσωπικούς πόρους (συμπεριφορικές, ψυχολογικές και πνευματικές δεξιότητες) στην επιλογή των επαγγελματικών τους προοπτικών συνειδητοποιώντας ταυτόχρονα, την προσωπική τους ευθύνη απέναντι στο πρόσωπό τους και το κοινωνικό σύνολο.

Με βάση τις παραπάνω αντιλήψεις, έχει προταθεί η έννοια της βιώσιμης επαγγελματικής ανάπτυξης (Argyropoulou, 2021), η οποία σηματοδοτεί μια δυναμική, συνεχή, αναστοχαστική διαδικασία: α) εναρμόνιση των πολλαπλών υποκειμενικών μορφών ταυτότητας του ατόμου, β) προαγωγής της αυτογνωσίας του και της περιβαλλοντογνωσίας του, γ) ενίσχυσης της κοινωνικής του ευθύνης και των αυθεντικών του αξιών, καθώς και δ) προαγωγής της εξισορρόπησης των ρόλων ζωής και σταδιοδρομίας, τόσο στη διερεύνηση των επαγγελματικών του αναζητήσεων όσο και στον προσανατολισμό που επιθυμεί να έχει στη ζωή του. Συγκεκριμένα, οι πολλαπλές υποκειμενικές μορφές ταυτότητας αναφέρονται στους επιμέρους ρόλους που αναλαμβάνει το άτομο και που, ως αποτέλεσμα, επηρεάζουν τα σχέδια ζωής και σταδιοδρομίας του (Guichard, 2009). Η αυτογνωσία και η περιβαλλοντογνωσία συμβάλλουν στην ικανότητα διαχείρισης σύνθετων προβλημάτων και αποφάσεων, με την οποία το άτομο καλείται να ανταποκριθεί στις προσωπικές του ανάγκες, βάσει των προσωπικών και επαγγελματικών του αξιών, του προσωπικού νοήματος και του σκοπού ζωής που έχει προσδιορίσει. Επιπλέον, η έννοια της κοινωνικής ευθύνης αναδεικνύει τη συνειδητοποίηση της προσωπικής ευθύνης απέναντι στο κοινωνικό σύνολο, ενώ οι αυθεντικές αξίες συνδέονται με την κατασκευή αυθεντικών νοημάτων και τη σημασία του σκοπού για τα άτομα και τις κοινωνίες (De Vos, Van der Heijden & Akkermans, 2018). Τέλος, η εξισορρόπηση ρόλων ζωής και σταδιοδρομίας περιγράφει την αρμονική και ολοκληρωμένη ενσωμάτωση της εργασίας και του χρόνου εκτός αυτής, έτσι ώστε το άτομο να μπορεί να αξιοποιήσει τις δυνατότητές του σε όλους τους τομείς της ζωής του, στους οποίους παίζει τον δικό του ρόλο.

Οι σύμβουλοι σταδιοδρομίας, λοιπόν, είναι σκόπιμο να υιοθετήσουν την προοπτική της βιώσιμης επαγγελματικής ανάπτυξης προκειμένου να ενδυναμώσουν την προσωπική και επαγγελματική ταυτότητα του υποκειμένου, τους προσωπικούς πόρους και τις δυνάμεις του, τη στοχοθεσία και τα κίνητρό του, εξατομικεύοντας τα μελλοντικά σχέδια ζωής και σταδιοδρομίας, λαμβάνοντας, ωστόσο, υπόψη το ευρύτερο κοινωνικοοικονομικό πλαίσιο. Σε ένα τέτοιο πλαίσιο, το άτομο διαμορφώνει, επομένως, μια ενεργό ζωή που συμβάλλει στην ανθρώπινη, δίκαιη και βιώσιμη παγκόσμια ανάπτυξη (Guichard, 2018). Κατά ανάλογο τρόπο, η βιώσιμη σταδιοδρομία μπορεί να έχει ευεργετικά αποτελέσματα στην προσωπική ανάπτυξη του ατόμου και ειδικότερα στην προσωπική του ευημερία και υγεία, την αίσθηση επιτυχίας και ικανοποίησης για την επαγγελματική του εξέλιξη και την αύξηση της παραγωγικής του ικανότητας (Αργυροπούλου & Μουράτογλου, 2022).

Καθώς η εργασία διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στη διαμόρφωση της ταυτότητας, στην απόδοση νοήματος στη σταδιοδρομία και τη σύνδεση αυτής με την κοινωνία (Blustein, et.al., 2019), οι σύμβουλοι σταδιοδρομίας και επαγγελματικού προσανατολισμού χρειάζεται να βελτιώσουν την επαγγελματική ανάπτυξή τους, να ενδυναμώσουν τους ψυχολογικούς τους πόρους και να καλλιεργήσουν τις δυνάμεις τους προκειμένου να συμβάλλουν στη δική τους θετική προσωπική και επαγγελματική εξέλιξη. Άλλωστε, γνωρίζουμε ήδη ότι οι εκπαιδευτικές εμπειρίες των συμβούλων, πρέπει συνεχώς να αναθεωρούνται και να προσαρμόζονται, προκειμένου να αποκτούν τις κατάλληλες γνώσεις, την ευσυνειδησία και τις ικανότητες για να παρέχουν αποτελεσματικές υπηρεσίες επαγγελματικής συμβουλευτικής (Niles, Engels & Lenz., 2009). Ειδικά στην εποχή την οποία διανύουμε, για να παραμένουν αποτελεσματικές και ποιοτικές οι υπηρεσίες επαγγελματικής συμβουλευτικής, οι ίδιοι οι σύμβουλοι σταδιοδρομίας και επαγγελματικού προσανατολισμού είναι αναγκαίο να διαθέτουν σύγχρονες και επικαιροποιημένες γνώσεις για ολιστικές προσεγγίσεις και μοντέλα αυτοδιαχείρισης προκειμένου να αισθάνονται επαρκείς και να ανταποκρίνονται στους ποικίλους λειτουργικούς τους ρόλους (Αργυροπούλου, 2022).

## Μέθοδος της έρευνας

Πρόσφατες ερευνητικές μελέτες (Αργυροπούλου, κ.ά., 2020· Argyropoulou, 2022) καταδεικνύουν πως οι σύμβουλοι σταδιοδρομίας οφείλουν πρωτίστως να έχουν γνώση των μελλοντικών τους σχεδίων και να προωθούν τη δική τους ευημερία, προκειμένου να είναι σε θέση να παρέχουν τις υπηρεσίες τους κατά έναν αποτελεσματικότερο τρόπο. Επιπροσθέτως, υποστηρίζεται ότι οι λειτουργοί συμβουλευτικής και επαγγελματικού προσανατολισμού νοηματοδοτούν την εργασία τους κατά μία βιώσιμη διάσταση που υποδηλώνει ότι βασίζεται στο προσωπικό νόημα και σκοπό, αλλά και στις προσωπικές και αυθεντικές τους αξίες (Argyropoulou et al., 2020b). Η φιλοσοφία των αφηγηματικών προσεγγίσεων, επικεντρώνονται στην παραγωγή εμπειριών μέσα από τις ιστορίες ζωής του ατόμου, ενώ λειτουργούν ως «φίλτρα» που ελέγχουν τις εμπειρίες και μπορούν να χρησιμοποιηθούν από το άτομο για να «ξαναγράψει» νέες ιστορίες, τονίζοντας τους προτιμώμενους τρόπους συσχέτισης με τον εαυτό του και τους άλλους (Argyropoulou et al., 2020c). Σκοπός, λοιπόν, της παρούσας μελέτης είναι να διερευνήσει την επαγγελματική ιστορία μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών σε σχέση με τη βιώσιμη επαγγελματική τους ανάπτυξη και τη πραγματοποίηση στόχων με κοινωνικό περιεχόμενο.

Τα ακόλουθα ερευνητικά ερωτήματα που διαμορφώνονται είναι:

- Ποια χαρακτηριστικά και ιδιότητες χρησιμοποιούν οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες που ειδικεύονται στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας, ως σχέδιο για την κατασκευή του εαυτού τους;
- Πώς αντιμετωπίζουν τις επαγγελματικές τους ανησυχίες;
- Ποιοι τύποι περιβάλλοντος και δραστηριοτήτων τους/τις ενδιαφέρουν;
- Ποια βιώσιμα σχέδια διαμορφώνουν και ποιες στρατηγικές αναπτύσσουν για να διαχειριστούν τα επόμενα επαγγελματικά τους βήματα;

## Συμμετέχοντες

Οι συμμετέχοντες της έρευνας ήταν 26 μεταπτυχιακοί φοιτητές και φοιτήτριες που παρακολουθούν μεταπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών στη συμβουλευτική και τον επαγγελματικό προσανατολισμό σε Πανεπιστήμιο της Αττικής. Από αυτούς οι 22 ήταν γυναίκες και οι 4 άνδρες. Η πλειονότητα του δείγματος εργάζεται, ωστόσο, επιθυμούν κάποια αλλαγή στο σχεδιασμό της επαγγελματικής τους πορείας ενώ επιδιώκουν να προσδιορίσουν κατά πόσο οι μελλοντικοί τους στόχοι είναι ταιριαστοί και συμβατοί με την προσωπικότητα, τις πεποιθήσεις, τα ενδιαφέροντα και τις ικανότητες τους.

## Μέσα συλλογής δεδομένων

Χρησιμοποιήθηκε το ποιοτικό εργαλείο «Η Επαγγελματική Μου Ιστορία» (“My Career Story”) (Savickas & Hartung, 2012), το οποίο αποτελεί ένα αυτοβιογραφικό βιβλίο εργασίας βασιζόμενο στη θεωρία για τη δόμηση της ζωής και της σταδιοδρομίας (Savickas, 2013) που σχεδιάστηκε για να προσομοιώσει τη συμβουλευτική για την κατασκευή της σταδιοδρομίας. Περιέχει μια σειρά ερωτήσεων (βασιζόμενες στο πρώτο στάδιο της Συνέντευξης Κατασκευής Σταδιοδρομίας που ήδη αναφέρθηκε) που επιδιώκουν να εκμαιεύσουν μια ιστορία ζωής-σταδιοδρομίας και να αποκαλύψουν ένα θέμα ζωής που στη συνέχεια συσχετίζεται με ένα τρέχον πρόβλημα σταδιοδρομίας (Hartung & Santilli, 2018). Το εν λόγω εργαλείο στοχεύει να βοηθήσει τα άτομα να αφηγηθούν, να ακούσουν και να θέσουν σε εφαρμογή την επαγγελματική τους ιστορία μέσα από το πρίσμα του ποιοι είναι, σε ποιο περιβάλλον στον κόσμο της εργασίας θα ήθελαν να τοποθετήσουν τον εαυτό τους και τι θεωρούν ότι χρειάζεται ώστε να εμπλακούν σε δράσεις προσαρμογής με σκοπό τη σταδιοδρομία, την οποία επιθυμούν να διαμορφώσουν. Το βιβλίο αυτό αποτελεί έναν αποτελεσματικό τρόπο παρέμβασης στη συμβουλευτική για τη σταδιοδρομία, ο οποίος συμβάλλει σημαντικά στο σχεδιασμό της επαγγελματικής πορείας καθώς, επίσης, βελτιώνει τη συγκρότηση της αφήγησης του ατόμου, την ικανότητά του να νοηματοδοτεί τις

εμπειρίες του και να προσαρμόζεται επαρκώς κατά τη διάρκεια των αλλαγών που αντιμετωπίζει (Μικεδάκη, 2019).

### **Διαδικασία**

Η χρήση του εργαλείου «Η Επαγγελματική Μου Ιστορία» πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια του μαθήματος (χρονική διάρκεια 3 ωρών), κατά το ακαδημαϊκό έτος 2022-2023 και είχε βιωματικό χαρακτήρα. Η αφήγηση των ιστοριών αποτελεί μια εξελισσόμενη διαδικασία, σε συγκεκριμένο χρόνο και πλαίσιο δια του οποίου το άτομο υφαίνει τρέχοντα και νέα κομμάτια της ιστορίας του μαζί, και, ως συγγραφέας, προχωρά στα νέα κεφάλαια της ζωής του πετυχαίνοντας τη συνεκτικότητα, τον αναστοχασμό, τη μάθηση και τη δράση (Arthur, Neault & McMahon, 2019). Λήφθηκαν υπόψη ζητήματα ηθικής και δεοντολογίας, καθώς κεντρική επιδίωξη ήταν η προστασία της αξιοπρέπειας και της ανθρώπινης ύπαρξης, όπως επίσης, και της εξασφάλισης του σεβασμού προς τα υποκείμενα που συμμετείχαν στην έρευνα (Ισαρη & Πουρκός, 2015). Αυτό επιτεύχθηκε μέσω της συγκατάθεσης κάθε υποκειμένου για τη συμμετοχή του στην έρευνα, ενώ εξασφαλίστηκε η ανωνυμία αυτού.

### **Ανάλυση Δεδομένων**

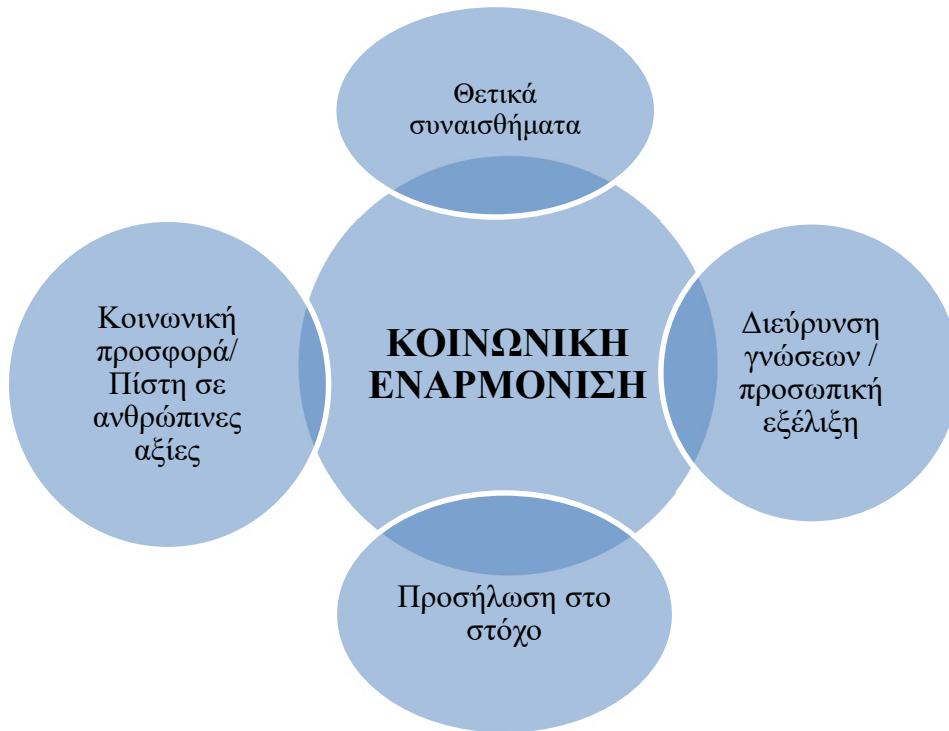
Για την ανάλυση των δεδομένων αξιοποιήθηκε η θεματική ανάλυση περιεχομένου προκειμένου να αναδυθούν επιμέρους θεματικές κατηγορίες, θέματα και υποθέματα, όπως επίσης και οι σχέσεις που αναπτύσσονται μεταξύ τους (Μπονίδης, 2016). Λαμβάνοντας υπόψη την αναφορά των Braun και Clarke (2006) η ανάλυση των ερευνητικών δεδομένων πραγματοποιήθηκε, σύμφωνα με τα εξής βήματα: α) γνωριμία με τα αντλούμενα δεδομένα, β) κωδικοποίηση δεδομένων, γ) δημιουργία των αντίστοιχων κωδικών, δ) αναζήτηση των θεμάτων και των υποθεμάτων, ε) επανεξέταση των θεμάτων και των υποθεμάτων, στ) απόδοση των ονομάτων, ζ) συγγραφή των εξαγόμενων θεματικών και η) ανάλυση επί αυτών των θεματικών. Η ανάλυση περιεχομένου που διενεργήθηκε στις απαντήσεις των μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών στο εργαλείο «Η Επαγγελματική Μου Ιστορία» εστίασε σε τέσσερις ενότητες του εργαλείου: α) στα χαρακτηριστικά των ηρώων-προτύπων και των αγαπημένων περιοδικών-τηλεοπτικών εκπομπών, β) στις ιδέες και στις έννοιες που αντανakλούσαν τα αγαπημένα ρητά ή συνθήματα, γ) στην αφήγηση της επαγγελματικής ιστορίας, επισημαίνοντας τα επιθυμητά χαρακτηριστικά των περιβαλλόντων και δ) στην ανάληψη μιας σειράς από δράσεις, οι οποίες θα συμβάλλουν, πιθανώς, στην πραγματοποίηση της αφηγούμενης ιστορίας και στην ανάπτυξη βιώσιμων σχεδίων σταδιοδρομίας.

### **Αποτελέσματα**

#### *Χαρακτηριστικά ηρώων-προτύπων και αγαπημένων περιοδικών-τηλεοπτικών εκπομπών*

Από την επεξεργασία του εμπειρικού υλικού που συλλέξαμε, προκύπτει ότι οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες που ειδικεύονται στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας αναγνωρίζουν ως χαρακτηριστικά των ηρώων-προτύπων και των αγαπημένων περιοδικών-τηλεοπτικών εκπομπών, στοιχεία που συνδέονται με την κοινωνική προσφορά και την πίστη σε ανθρώπινες αξίες, την προσήλωση στο στόχο, τα θετικά συναισθήματα, τη διεύρυνση γνώσεων και την προσωπική εξέλιξη. Κατά συνέπεια, ο κωδικός «κοινωνική εναρμόνιση» μπορεί να αποτελέσει ένα θέμα, μια εκδοχή απάντησης στο ερευνητικό μας ερώτημα «Ποια χαρακτηριστικά και ιδιότητες χρησιμοποιούν οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες που ειδικεύονται στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας, ως σχέδιο για την κατασκευή του εαυτού τους;».

Η απεικόνιση του ως άνω θέματος με τις ιδιότητές του έχει ως εξής:



Οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες τόνισαν την *κοινωνική προσφορά* και την *πίστη σε ανθρώπινες αξίες* ως χαρακτηριστικά των ηρώων-προτύπων.

π.χ. Ειπώθηκε χαρακτηριστικά:

«Ο Ρομπέν των δασών γιατί είναι αλτρουιστής και δίκαιος, είναι αγωνιστής της ζωής και των ανθρωπίνων δικαιωμάτων» (ΜΦ3).

«Η Αντιγόνη (από το μύθο των Λαβδακιδών) γιατί αντιπροσωπεύει το σύμβολο της αξιοπρέπειας, μένει πιστή σε αυτά που πιστεύει, διακρίνεται από γενναιότητα και αληθινά συναισθήματα» (ΜΦ17).

«Ο Ψαλιδοχέρης (η ιστορία ενός τεχνητού άνδρα ο οποίος αντί για χέρια έχει ψαλίδια) γιατί διακρίνεται από καλοσύνη, ειλικρίνεια και αλτρουισμό, και μετά το διωγμό του παλεύει να σώσει αυτούς που αγαπά») (ΜΦ20).

Επίσης, οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες υποστήριξαν την *προσήλωση στο στόχο* για να περιγράψουν τους ήρωες ή τις ηρωίδες τους.

π.χ. Ειπώθηκε χαρακτηριστικά:

«Η Έλεν Κέλερ γιατί είναι αγωνίστρια και επίμονη, έχει σθένος, ξεπέρασε βουνά δυσκολιών κι απέδειξε τη δύναμη των αισθήσεων» (ΜΦ3).

«Ο Αρχέλαος, το λαχανιασμένο λάχανο, από τη Φρουτοπία αλτρουιστής, δεν εγκαταλείπει το στόχο του, είναι επίμονος και ξεπερνά τα εμπόδια που συναντά» (ΜΦ20).

«Η νονά μου την διακατείχε μια ακούραστη ορμή να κάνει τον κόσμο καλύτερο μέσα από τα μάτια των παιδιών, αγκαλιάζοντας τα με αγάπη» (ΜΦ18).

Τέλος, οι μεταπτυχιακοί φοιτητές και φοιτήτριες αναφέρουν τη σημασία ανάδειξης *θετικών συναισθημάτων* για να περιγράψουν τα αγαπημένα περιοδικά και τις τηλεοπτικές εκπομπές. Μάλιστα, όσον αφορά τα αγαπημένα περιοδικά και τις τηλεοπτικές εκπομπές τονίζεται επίσης, η *διεύρυνση των γνώσεων και η προσωπική εξέλιξη*.

π.χ. Ειπώθηκε χαρακτηριστικά:

«Παρακολουθώντας ταξιδιωτικές εκπομπές αισθάνομαι ελεύθερη» (ΜΦ2).

«Οι «Πρωταγωνιστές» γιατί η κάθε ιστορία ολοκληρώνεται με ένα αισιόδοξο μήνυμα» (ΜΦ24).

«Τα φιλαράκια όπου οι πρωταγωνιστές, παρόλες τις δυσκολίες τους, τις αναποδιές και τις στενοχώριες, είτε προσωπικές, είτε επαγγελματικές, καταφέρνουν στο τέλος να ζουν ευτυχισμένοι» (ΜΦ5).

Η τηλεοπτική εκπομπή «Ταξιδεύοντας» γιατί προσφέρει νέες εμπειρίες, ανοίγει τους ορίζοντες μου και με εξελίσσει σαν άνθρωπο» (ΜΦ8).

«Η ιστοσελίδα Pinterest γιατί μου επιτρέπει να εμπλουτίζω τις ιδέες μου για διάφορα θέματα προσφέροντας μου έναν πλούτο δημιουργικών projects που μπορώ να υλοποιήσω τον ελεύθερό μου χρόνο» (ΜΦ10).

#### *Αγαπημένα ρητά ή συνθήματα*

Σύμφωνα με την επεξεργασία των δεδομένων οι ιδέες και οι έννοιες που αντανακλούν τα αγαπημένα ρητά ή συνθήματα περιλαμβάνουν την ευρύτερη έννοια της *προσωπικής και επαγγελματικής ενδυνάμωσης*. Κατά συνέπεια, ο κωδικός «προσωπική και επαγγελματική ενδυνάμωση» μπορεί να αποτελέσει ένα θέμα, για την προσωπική συμβουλή που οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες που

ειδικεύονται στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας δίνουν στον εαυτό τους ώστε να αντιμετωπίσουν τις επαγγελματικές τους ανησυχίες.

Η απεικόνιση του ως άνω θέματος με τις ιδιότητές του έχει ως εξής:



Δηλαδή, οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες έχουν κατά νου ρητά ή συνθήματα που συντελούν στην κινητοποίηση και την αυτοπαρώθησή τους ώστε να επιμένουν στην προσπάθειά τους για να αντιμετωπίσουν τυχόν προκλήσεις.

π.χ. Ειπώθηκε χαρακτηριστικά:

«Αν θες να ζήσεις μια ευτυχισμένη ζωή, εξάρτησε την από έναν στόχο, όχι από ανθρώπους ή αντικείμενα!», «Πάντα να προσπαθείς και να παλεύεις για αυτά που θες και αγαπάς!» (ΜΦ2)

«Να στοχεύεις ψηλά, το φεγγάρι. Ακόμα κι αν αποτύχεις, θα βρεθείς ανάμεσα στα αστέρια!». (ΜΦ21).

«Να έχεις υψηλούς στόχους, δεν υπάρχουν αδιέξοδα, δούλεψε σκληρά και φέρσου ευγενικά!». (ΜΦ24)  
Η στοχοθέτηση, δηλαδή, είναι προαπαιτούμενο για να εξελιχθείς αλλά παράλληλα οι καλοί τρόποι και η ευγένεια του χαρακτήρα σου συνθέτουν μια αποτελεσματική προσπάθεια.

#### *Χαρακτηριστικά επαγγελματικών περιβαλλόντων*

Η επεξεργασία των δεδομένων έδειξε επίσης, μέσω της αφήγησης επαγγελματικών ιστοριών, τα επιθυμητά χαρακτηριστικά επαγγελματικών περιβαλλόντων των μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών. Η επίδειξη ενδιαφέροντος προς τον συνάνθρωπο μπορεί να αποτελέσει ένα θέμα, μια εκδοχή απάντησης στο ερευνητικό μας ερώτημα «Ποιοι τύποι περιβάλλοντος και δραστηριοτήτων ενδιαφέρουν τους μεταπτυχιακούς φοιτητές/τριες ως σχέδιο για την κατασκευή του εαυτού τους. Το θέμα αυτό αναλύεται με τη σειρά του στα εξής υποθέματα: *ανάπτυξη συνεργατικού κλίματος, εμπλουτισμό γνώσεων, ανάδειξη δεξιοτήτων.*

Η απεικόνιση του ως άνω θέματος με τις ιδιότητές του έχει ως εξής:



π.χ. Ειπώθηκε χαρακτηριστικά:

«Να βοηθάω τους άλλους προκειμένου να ξεπερνούν τα προβλήματά τους», σε χώρους που οι άνθρωποι ασκούν δραστηριότητες για το ευρύτερο καλό, «να αξιοποιώ τις γνώσεις μου προς όφελος των συνανθρώπων μου» (ΜΦ12).

«Να νιώθω ότι είμαστε μία ομάδα με έναν κοινό σκοπό» (ΜΦ14).

«Να υπάρχει κατανόηση, σεβασμός, οι άνθρωποι να είναι αυθεντικοί» (ΜΦ7).

«Σε χώρους που οι άνθρωποι δρουν και αλληλεπιδρούν συνεργατικά με μεθοδικότητα έχοντας έναν κοινό σκοπό» (ΜΦ8).

«Σε μέρη όπου γίνονται επιστημονικές δραστηριότητες έτσι ώστε να εμπλουτίζω τις γνώσεις μου», να θέτω σε εφαρμογή τις γνώσεις που έχω αποκτήσει ενώ ταυτόχρονα να αποκτήσω νέες, να μου δίνεται η ευκαιρία να έχω εμπειρίες ζωής» (ΜΦ19).

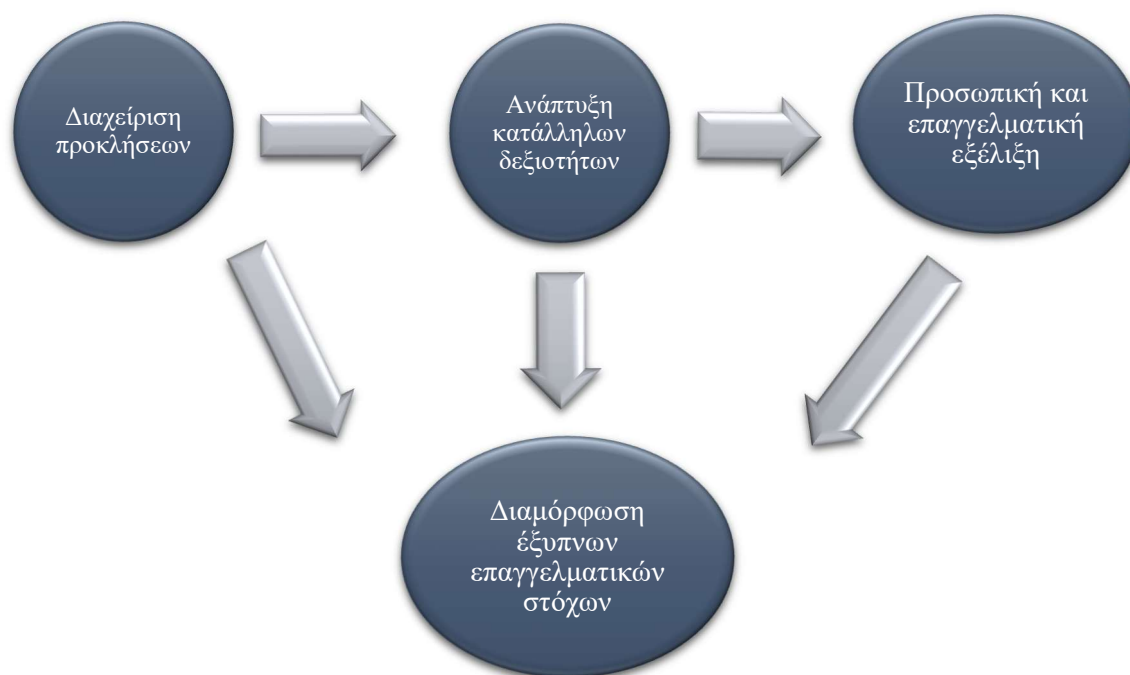
«Να συμμετέχω ενεργά και να αναλάβω ηγετικό ρόλο» (ΜΦ22).

«Να χρησιμοποιώ τη φαντασία μου και τη δημιουργικότητά μου», να προσφέρω και να νιώθω παραγωγική» (ΜΦ12).

#### *Διαμόρφωση βιώσιμων σχεδίων και ανάπτυξη στρατηγικών*

Τέλος, η επεξεργασία του εμπειρικού υλικού όσον αφορά στην ανάληψη δράσεων με σκοπό την πραγματοποίηση της αφηγούμενης ιστορίας και τη διαμόρφωση βιώσιμων σχεδίων έδειξε ότι τα σχέδια αυτά αναφέρονται κυρίως στη διαμόρφωση *έξυπνων επαγγελματικών στόχων* μέσω της ανάπτυξης των παρακάτω στρατηγικών: *διαχείριση προκλήσεων, ανάπτυξη κατάλληλων δεξιοτήτων και προσωπική και επαγγελματική εξέλιξη*. Όλα τα παραπάνω συνδράμουν στην απάντηση του ερευνητικού ερωτήματος «Ποια βιώσιμα σχέδια διαμορφώνουν οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες του δείγματος και ποιες στρατηγικές αναπτύσσουν για να διαχειριστούν τα επόμενα επαγγελματικά τους βήματα.»

Η απεικόνιση του ως άνω θέματος με τις ιδιότητές του έχει ως εξής:



π.χ. Ειπώθηκε χαρακτηριστικά:

«Η επιτυχής ολοκλήρωση των μεταπτυχιακών μου σπουδών και μεταγενέστερα, η μετάβαση σε μια εργασιακή θέση κατά προτίμηση ευάλωτου κοινωνικά πληθυσμού που να μπορώ να αξιοποιήσω συμπληρωματικά με το επάγγελμα της κοινωνικής λειτουργού, τις γνώσεις τις δεξιότητες και τα εργαλεία της συμβουλευτικής και του επαγγελματικού προσανατολισμού» (ΜΦ2).

«Θα ολοκληρώσω τις σπουδές μου, θα έρθω σε επαφή με άτομα που έχουν ήδη εμπειρία στον τομέα αυτό προκειμένου να βρω εργασία και θα ζητήσω να εκπαιδευτώ κοντά τους προκειμένου να κάνω ένα σωστά δομημένο επαγγελματικό ξεκίνημα» (ΜΦ8).

«Να ανταπεξέλθω σε έναν απαιτητικό χώρο εργασίας καθώς και να αντιμετωπίσω οποιαδήποτε αστάθεια στον χώρο της εργασίας», «να αναπτύξω το προσωπικό μου στυλ στην εφαρμογή της επαγγελματικής συμβουλευτικής που θα ανταποκρίνεται τόσο στις δικές μου ανάγκες για αποτελεσματικότητα και σταθερότητα όσο και στις ανάγκες των ωφελούμενων» (ΜΦ15).

«Να διερευνήσω την δυνατότητα να συνδυάσω σε διεπιστημονική βάση την συμβουλευτική σταδιοδρομίας με κάποια από τις άλλες ιδιότητες και σπουδές μου» (ΜΦ17).

«Να αφήσω την ασφάλεια που μου παρέχει η θέση μου στο φροντιστήριο και να αναζητήσω νέους κατάλληλους δρόμους που θα ανταποκρίνονται στις απαιτήσεις και τα ενδιαφέροντα μου», «να δημιουργήσω ένα Συμβουλευτικό Τμήμα στην επιχείρηση που εργάζομαι τώρα, και παράλληλα να εργασθώ σαν Σύμβουλος Επαγγελματικού Προσανατολισμού» (ΜΦ 22).

«Θα κάνω αλλαγές στο βιογραφικό μου και θα επικεντρωθώ στα πράγματα που γνωρίζω καλά έτσι ώστε να ανακτήσω την αυτοεκτίμηση μου και να επαναφέρω τον δυναμισμό μου» (ΜΦ 26).

## Συζήτηση

Τα αποτελέσματα της έρευνας έδειξαν ότι οι περιγραφές των μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών που ειδικεύονται στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας, σχετικά με τα χαρακτηριστικά των προτύπων, αποκαλύπτουν έναν προσανατολισμό που ξεπερνάει τον Εαυτό και διακρίνεται από ανθρωπιστικές τάσεις/κλίσεις. Καθώς, τα πρότυπα αποτελούν ευφάνταστες πηγές, που χρησιμοποιούν τα άτομα, για να αναπτύξουν τα προσωπικά τους χαρακτηριστικά, η επιλογή των προτύπων των υποκειμένων του δείγματος υποδηλώνει αποφάσεις σχετικές με την αυτοεικόνα και τα χαρακτηριστικά, που πιστεύουν τα υποκείμενα ότι πρέπει να αναπτύξουν (Savickas, 2019). Υπό το πρίσμα αυτό, οι συμμετέχοντες της έρευνας φαίνεται ότι, ενσωματώνουν στις βασικές αντιλήψεις για τον εαυτό τους την ανοιχτότητα όσον αφορά στα μελλοντικά επαγγελματικά τους σχέδια, ενώ ερμηνεύουν την προσήλωση στους προσωπικούς τους στόχους ως ευκαιρίες για μάθηση. Παράλληλα, τροφοδοτούν τα συναισθήματα τους με θετικό νόημα, γεγονός που φαίνεται ότι ευνοεί την προσωπική τους ευημερία και την προώθηση της υγιούς επαγγελματικής τους δραστηριότητας (Bronk & Finch, 2010). Σε ένα τέτοιο πλαίσιο, η ανάπτυξη της επαγγελματικής αυτοαντίληψης των υποκειμένων, ως μια δυναμική και εξελισσόμενη διαδικασία προωθεί τη βελτίωση του «αυθεντικού εαυτού» τους και τις ουσιαστικές πλευρές της επαγγελματικής τους προσωπικότητας (Di Fabio & Maree, 2016) συμβάλλοντας έτσι, στην καλλιέργεια περισσότερων θετικών πόρων και αυτό-κατευθυντήριων πρακτικών για την αυτοδιαχείριση της σταδιοδρομίας τους δηλαδή, τη βιώσιμη επαγγελματική τους ανάπτυξη. Έτσι, προάγεται η άνθηση ικανοτήτων για την επαγγελματική τους εξέλιξη και η διαμόρφωση στάσεων «συνδεσιμότητας» με το κοινωνικό σύνολο (Di Fabio, 2016). Η προσέγγιση αυτή συνηγορεί στην ανάπτυξη της πρωτεύουσας στάσης για τη σταδιοδρομία, η οποία σηματοδοτεί την ανάπτυξη μιας στάσης σχεδιασμού με πρωτοβουλίες που περιλαμβάνουν τόσο την ανάπτυξη της μάθησης για τον εαυτό όσο και την ανάληψη πρακτικών πρωτοβουλιών για τη διαχείριση της επαγγελματικής διαδρομής του ατόμου (Τερζάκη, 2019).

Όσον αφορά στους τύπους περιβάλλοντος και δραστηριοτήτων που ενδιαφέρουν τους μεταπτυχιακούς φοιτητές/τριες φαίνεται ότι τους προκαλούν την προσοχή, την ανησυχία ή την περιέργεια χαρακτηριστικά, τα οποία προσδιορίζουν: α) κοινωνικό καθήκον (εστίαση στην κοινωνική αξία της επαγγελματικής δραστηριότητας και υιοθέτηση της αντίληψης παροχής βοήθειας στο συνάνθρωπο), β) κοινωνική ενσωμάτωση (η επιθυμία της εργασίας να παρέχει το αίσθημα του «ανήκειν» και να προσφέρει ένα αίσθημα ανιδιοτέλειας) και γ) επαγγελματική εξέλιξη (διεύρυνση γνώσεων και ανάδειξη δεξιοτήτων) (Αργυροπούλου, κ.ά., 2020). Το εύρημα αυτό, μπορεί να μεταφραστεί ως πρόκληση για τους μεταπτυχιακούς φοιτητές/τριες, καθώς φαίνεται ότι μέσω της ψυχοκοινωνικής τους σύνδεσης με το περιβάλλον (διαμόρφωση επαγγελματικών τους ενδιαφερόντων) συνδράμουν στην ανάπτυξη της αυτογνωσίας τους, αλλά και την οικοδόμηση της ταυτότητάς τους σε συνάρτηση με τους άλλους (Lenart, 2016). Η αντίληψη αυτή ευθυγραμμίζεται με το περιεχόμενο της βιώσιμης επαγγελματικής ανάπτυξης που επιδιώκει την προαγωγή της επίγνωσης της προσωπικής ταυτότητας σταδιοδρομίας συνδέοντας τις πληροφορίες που αφορούν τον εαυτό και την εργασία με τα βιώματα και τις επιδιώξεις του ατόμου (Μαλικιώση- Λοϊζου, 2002).

Αναφορικά με τις ιδέες και τις έννοιες που αντανακλούν τα αγαπημένα ρητά ή συνθήματα φαίνεται ότι τα υποκείμενα της έρευνας επιθυμούν να αναλαμβάνουν δράση, ώστε να έχουν μια περισσότερο ικανοποιητική επαγγελματική και προσωπική ζωή (όχι απλώς να λαμβάνουν επαγγελματικές αποφάσεις). Το αγαπημένο σύνθημα συμπυκνώνει την εμπειρία σε πρακτική σοφία. Προσφέρει χρήσιμες οδηγίες σχετικά με τις συνθήκες που βιώνουν οι ενδιαφερόμενοι και συνήθως προτείνει οργανωμένες ενέργειες, που θα μπορούσαν να αρχίσουν να γεφυρώνουν την αλλαγή στη ζωή τους (Savickas, 2019). Επεξηγηματικά, η λήψη αποφάσεων έχει πραγματοποιηθεί. Ωστόσο, το πραγματικό αποτέλεσμα είναι η αίσθηση του σκοπού, η οποία διέπει τις πολυάριθμες επιλογές τους που θα συνθέσουν τη σταδιοδρομία τους. Με άλλα λόγια, οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες δεσμεύουν τους εαυτούς τους σε προσωπικά σχέδια συγκρότησης της ταυτότητάς τους που προκύπτουν μέσα από τη διαμόρφωση του αυτοσκοπού τους. Έτσι, διαμορφώνουν προθέσεις και δημιουργούν δεσμεύσεις με τον ίδιο τον εαυτό τους, γεγονός που κατευθύνει τη δράση τους στον κόσμο της εργασίας και την προσωπική τους ζωή.

Τέλος, όσον αφορά στην ανάληψη δράσεων με σκοπό τη διαμόρφωση βιώσιμων σχεδίων φαίνεται ότι οι μεταπτυχιακοί φοιτητές/τριες του δείγματος αφηγούνται και αναστοχάζονται τις ιστορίες ζωής- σταδιοδρομίας τους για να λάβουν «συμβουλές» σχετικά με πιθανές στρατηγικές που θα τους

βοηθήσουν να αντιμετωπίσουν ζητήματα της σταδιοδρομίας τους (McAdams & Cox, 2010). Από πρακτική άποψη, αυτό σημαίνει ότι γνωρίζουν τι θέλουν να γίνουν στο επόμενο κεφάλαιο της ζωής και της σταδιοδρομίας τους, δηλαδή, ποιους επαγγελματικούς και προσωπικούς ρόλους θέλουν να αναλάβουν στο μέλλον, σε ποιες προσωπικές και επαγγελματικές δραστηριότητες προσδοκούν να εμπλακούν και ποιους επαγγελματικούς και προσωπικούς στόχους επιθυμούν να υλοποιήσουν. Το εύρημα αυτό καταδεικνύει τη σημασία της συνεχιζόμενης επαγγελματικής ανάπτυξης των υποκειμένων προκειμένου οι ίδιοι να είναι ενεργοί και αποτελεσματικοί στον επαγγελματικό τους ρόλο προωθώντας τον επαγγελματισμό και τη βιωσιμότητα της σταδιοδρομίας τους (Newman, 2011).

Ολοκληρώνοντας, η παρούσα μελέτη διέπεται από συγκεκριμένους περιορισμούς, όπως η εστίαση σε μεταπτυχιακούς φοιτητές/τριες που φοιτούν σε Πανεπιστήμιο της Αττικής και σε συγκεκριμένο γνωστικό αντικείμενο. Επιπλέον, το είδος δειγματοληψίας που επιλέχθηκε, το οποίο ήταν αυτό της βολικής δειγματοληψίας δε βοήθησε στην ενδεχόμενη προσπάθεια γενίκευσης των ερευνητικών αποτελεσμάτων. Για το λόγο αυτό, οι μελλοντικές έρευνες θα μπορούσαν να επεκτείνουν τη δειγματοληψία και από άλλα Πανεπιστήμια της χώρας, καθώς επίσης να εμπλακούν και άλλοι πληθυσμοί, όπως απόφοιτοι. Ακόμη, μελλοντικά εγχειρήματα μπορούν να εμπλέξουν μία ομάδα ελέγχου προς σύγκριση με μία πειραματική. Τέλος, το ερευνητικό εγχείρημα ήταν προσανατολισμένο σε συγκεκριμένες θεματικές (αφηγηματικότητα, αυτοβιογραφικότητα) γεγονός που καθίσταται ένας σημαντικός περιορισμός. Ωστόσο, μελλοντικά εγχειρήματα θα μπορούσαν να επικεντρωθούν και σε άλλες εννοιολογικές κατασκευές των αφηγηματικών προσεγγίσεων (π.χ. επαγγελματική προσαρμοστικότητα) προκειμένου να διερευνηθεί ο τρόπος επίδρασης αυτών στην προσωπική και επαγγελματική πορεία των εμπλεκομένων.

## Συμπεράσματα-Προτάσεις

Σύμφωνα με τις δηλώσεις των μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών παρατηρούμε ότι το αφηγηματικό εργαλείο «Η Επαγγελματική Μου Ιστορία» βοήθησε τα υποκείμενα της έρευνας να σχεδιάσουν τα επόμενα εκπαιδευτικά και επαγγελματικά τους βήματα διευρύνοντας τις προοπτικές τους και συνδέοντας τα χαρακτηριστικά τους με εκείνα του εργασιακού περιβάλλοντος που επιθυμούν. Σχετικά ερευνητικά εγχειρήματα που εξετάζουν τη συμβολή των αφηγηματικών προσεγγίσεων στη σταδιοδρομία συνηγορούν στη θετική επίδραση που μπορεί να ασκήσουν οι προσεγγίσεις αυτές σε επίπεδο στοχοθέτησης ζωής-σταδιοδρομίας και διευκόλυνσης της νοηματοδότησης (Kaliris, Issari, Mylonas, 2023). Επιπροσθέτως, το αφηγηματικό εργαλείο που αξιοποιήθηκε συνετέλεσε στην ανάπτυξη βιώσιμων σχεδίων για το μέλλον και την απόδοση νοήματος και σκοπού στον ρόλο της επαγγελματικής τους δραστηριότητας, με τη συνειδητοποίηση του αντίκτυπού της τόσο για τους ίδιους τους μεταπτυχιακούς φοιτητές/τριες όσο και για το κοινωνικό σύνολο. Αυτό σημαίνει ότι τα υποκείμενα της έρευνας αναγνωρίζουν ότι αναπτύσσονται, προσωπικά και επαγγελματικά, επιδιώκοντας να μεγιστοποιήσουν το δυναμικό τους, να αποδώσουν μεγαλύτερη αξία στην επαγγελματική τους διαδρομή και να προωθήσουν θετικούς προσωπικούς πόρους στην επιλογή των επαγγελματικών τους προοπτικών. Επιπλέον, συνειδητοποιούν την προσωπική τους ευθύνη απέναντι στο πρόσωπό τους και το κοινωνικό σύνολο, ενώ αντιλαμβάνονται τη σημασία των συνδέσεων και του νοήματος ατομικών και συλλογικών έργων.

Παρομοίως, επιδιώκουν την εναρμόνιση μεταξύ του «εγώ», του «εμείς», του περιβάλλοντος/πλαίσιου, των ανθρώπων και του κόσμου εντοπίζοντας τις αυθεντικές πτυχές του εαυτού τους και επιδεικνύοντας προβληματισμό και διορατικότητα για τα μελλοντικά τους σχέδια σταδιοδρομίας. Για το λόγο αυτό, η εκπαίδευση των μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας και τον επαγγελματικό προσανατολισμό χρειάζεται να επικεντρώνεται σε μια «μαθητοκεντρική εκπαίδευση» στο πλαίσιο ενός κονστрукτιβιστικού μοντέλου που βασίζεται σε μεγάλο βαθμό στις υποκειμενικές εμπειρίες και αλληλεπιδράσεις μεταξύ των εκπαιδευομένων, οι οποίες θα ενισχύουν την ανάπτυξη θετικών συναισθημάτων και θα καλλιεργούν την αυτοδιερεύνηση. Επιπλέον, θεωρείται απαραίτητη η διά βίου, συνεχιζόμενη κατάρτιση των μεταπτυχιακών φοιτητών/τριών. Μια χρήσιμη ιδέα θα ήταν να δημιουργηθεί ένα πλήρες σύστημα βασικής και συνεχιζόμενης επιμόρφωσης στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας για να καλυφθούν οι ανάγκες εκπαίδευσης των σημερινών και μελλοντικών στελεχών προκειμένου να αισθάνονται επαρκείς στο έργο

τους, να διατηρούν το ενδιαφέρον και την επιμονή τους στην εκτέλεση των καθηκόντων τους (Καλίρης, 2019α) και να ενθαρρύνουν την ανάπτυξη των προσωπικών τους δυνάμεων στο πλαίσιο της κοινωνικής τους ενταξίσεως και ευημερίας. Η θεώρηση αυτή επιτρέπει στους μεταπτυχιακούς φοιτητές/τριες που ειδικεύονται στη συμβουλευτική σταδιοδρομίας και καλούνται να δράσουν σε ένα συνεχώς μεταβαλλόμενο, πολύπλοκο και απρόβλεπτο περιβάλλον, να τεθούν στο κέντρο της διαχείρισης της σταδιοδρομίας τους και να εκπαιδευτούν γι' αυτό.

Για το λόγο αυτό, η δια βίου, συνεχιζόμενη κατάρτιση των συμβούλων σταδιοδρομίας μπορεί να βοηθήσει να λειτουργούν αποδοτικά και να διαχειρίζονται με αποτελεσματικότητα τις προκλήσεις στη συμβουλευτική διαδικασία, προς όφελος των ωφελούμενων. Όπως, εύστοχα, τονίζει η Σιδηροπούλου-Δημακάκου (2012) η ανάγκη για εξειδικευμένη κατάρτιση των στελεχών επαγγελματικής συμβουλευτικής επιβάλλεται εξαιτίας των εξελίξεων στον 21ο αιώνα οι οποίες δημιουργούν νέους διευρυμένους ρόλους για τους επαγγελματίες: α) ως οι άνθρωποι που μπορούν να ερμηνεύσουν στους άλλους τη σχέση ανάμεσα στην εκπαίδευση/ επανεκπαίδευση και στα νέα επαγγελματικά μονοπάτια, β) ως εισηγητές προγραμμάτων για την ανάπτυξη ειδικών δεξιοτήτων (π.χ. διεκδικητικότητα, λήψη απόφασης, επίλυση προβλημάτων), οι οποίες είναι απαραίτητες για τους πολίτες έτσι ώστε να εξερευνήσουν και να κατακτήσουν μια επιτυχημένη και με νόημα εργασιακή ζωή, γ) ως μέντορες που προσφέρουν ανατροφοδότηση, προπόνηση και συμβουλευτική, δ) ως σύμβουλοι και καθοδηγητές για τους πολιτισμικά διαφορετικούς και για όσους ανήκουν σε ομάδες υψηλού κινδύνου, καθώς και ως θεραπευτές που προσφέρουν ελπίδα και δυνατότητες σε έναν μπερδεμένο και χωρίς υποστηρικτικά συστήματα κόσμο της εργασίας.

### **Ευχαριστίες**

Η συγγραφέας θα ήθελε να ευχαριστήσει τους μεταπτυχιακούς φοιτητές και φοιτήτριες που συμμετείχαν στην παρούσα έρευνα.

### **Βιβλιογραφικές Αναφορές**

- Αργυροπούλου, Κ. (2022). *Συμβουλευτική σταδιοδρομίας. Ζητήματα μιας πολυδιάστατης διαδικασίας*. Αθήνα: Γρηγόρη.
- Argyropoulou, K. (2022). Promoting Sustainability and Reflexivity in the Career of Greek University Students. *Open Journal of Social Sciences*, 10, 384-400. <https://doi.org/10.4236/jss.2022.1010025>
- Argyropoulou, K. (2021). Sustainable Career Development: A New Challenge in Career Counselling in the Modern Era. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 8, 128-138. <https://doi.org/10.14738/assrj.812.11393>
- Αργυροπούλου, Κ., & Μουράτογλου, Ν. (2022). Αναστοχαστικότητα και Προσανατολισμοί Εργασίας: Ευρήματα από μία Μελέτη Παρέμβασης σε Συμβούλους Σταδιοδρομίας. *Έρευνα στην Εκπαίδευση*, 11(1), 130-143. <https://doi.org/10.12681/hjre.29768>
- Αργυροπούλου, Κ., & Αντωνίου, Α-Σ. (Επιστημονική Επιμέλεια) (2020). *Διαχείριση Σταδιοδρομίας και Ανάπτυξη Δεξιοτήτων στο Σύγχρονο Εκπαιδευτικό και Εργασιακό Περιβάλλον. Προ(σ)κλήσεις του 21ου αιώνα*. Αθήνα: Γρηγόρη.
- Argyropoulou, K., Mouratoglou, N., Antoniou, A.S., Mikedaki, K. & Charokopaki, A. (2020a). Promoting Career Counselors' Sustainable Career Development through the Group-based Life Construction Dialogue Intervention: "Constructing My Future Purposeful Life". *Sustainability*, 12, 3645. <https://doi.org/10.3390/su12093645>
- Argyropoulou, K., Antoniou, A.S., Mouratoglou, N., Charokopaki, A. & Mikedaki, K. (2020b). Psychometric Properties of the Life Project Reflexivity Scale in Greek University Students. *Counseling, Italian Journal of Research and Intervention*, 13(1), 4-20.

- Argyropoulou, K., Mouratoglou, N., Mikedaki K., Kaliris, A., Papatheodorou, S. (2020c). Training Career Counselors in Contemporary Narrative Approaches: Concerns and Future Directions. In *Career Guidance for Inclusive Society: Conference Proceedings from the 2019 Conference of the International Association for Educational and Vocational Guidance (IAEVG)*. Slovakia: Združenie pre kariérové poradenstvo a rozvoj kariéry (Δημοσίευση σε e-book), pp. 16-31.
- Αργυροπούλου, Κ., Τερζάκη, Μ., Χαροκοπάκη, Α., & Μουράτογλου, Ν. (2020). Το νόημα της εργασίας υπό το πρίσμα της εργασιακής δυσχέρειας: Μια νέα πρόκληση στη συμβουλευτική για τη σταδιοδρομία στη σύγχρονη εποχή. *Νέα Παιδεία*, 175, 42-58.
- Ίσαρη, Φ. & Πουρκός, Μ. (2015). *Ποιοτική μεθοδολογία έρευνας. Εφαρμογές στην ψυχολογία και στην εκπαίδευση*. Σύνδεσμος Ελληνικών Ακαδημαϊκών Βιβλιοθηκών.
- Καλίρης, Α. (2019α). *Πηγές διαμόρφωσης των πεποιθήσεων αυτοαποτελεσματικότητας εκπαιδευομένων και στελεχών επαγγελματικής συμβουλευτικής*. Διδακτορική Διατριβή. Τμήμα Φιλοσοφίας, Παιδαγωγικής και Ψυχολογίας, Τομέας Ψυχολογίας. Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών.
- Καλίρης, Α. (2019β). Ξεπερνώντας τις σκοπέλους των αποφάσεων σταδιοδρομίας: ο ρόλος των δυσλειτουργικών πεποιθήσεων και των επικοινωνιακών στρατηγικών στη διαχείριση της επαγγελματικής αναποφασιστικότητας. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων: Πρακτικές Εφαρμογές για Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Σταδιοδρομίας* (σσ. 85-115). Γρηγόρη.
- Καλίρης, Α. & Κρίβας, Σ. (2013). Η Συμβολή των Μετανεωτερικών Προσεγγίσεων στη Θεωρία και Πράξη της Συμβουλευτικής Σταδιοδρομίας: Ο ρόλος τους σε μια κρίσιμη εποχή για τον κόσμο της εργασίας. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού*, 101, 73-86.
- Κασσωτάκης, Μ. (2014). Η μεταβλητότητα της επαγγελματικής ζωής και οι επιπτώσεις της στον επαγγελματικό προσανατολισμό. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής και Προσανατολισμού*, 103, 93-118.
- Μαλικιώση-Λοΐζου, Μαρ. (2002). Η Ψυχοπαιδαγωγική προσέγγιση του Επαγγελματικού Προσανατολισμού και η μεθοδολογία της. Στο Μ. Κασσωτάκης (Επιμ.), *Συμβουλευτική και Επαγγελματικός Προσανατολισμός* (σσ. 215- 238). Τυποθήτω.
- Μικεδάκη, Κ. (2019). Η συγγραφή της επαγγελματικής ιστορίας: από τη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων στον σχεδιασμό ζωής. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιμ.), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων: Πρακτικές Εφαρμογές για Συμβούλους Επαγγελματικού Προσανατολισμού και Σταδιοδρομίας* (σσ. 291-317). Γρηγόρη.
- Μουράτογλου, Ν., Αργυροπούλου, Κ., & Χαροκοπάκη, Α. (2022). Κλίμακα βιώσιμης επαγγελματικής ανάπτυξης: διερευνητική παραγοντική ανάλυση και εφαρμογές στη συμβουλευτική και τον επαγγελματικό προσανατολισμό. *Επιθεώρηση Συμβουλευτικής - Προσανατολισμού*, 128-129, 57-68.
- Μπονίδης, Κ. (2016). Ανάλυση Περιεχομένου: Διαδικασία και μοντέλα ανάλυσης. Στο Πυργιωτάκης, Ι. Ε. & Θεοφιλίδης, Χ. (Επιμ.), *Ερευνητική μεθοδολογία στις κοινωνικές επιστήμες και στην εκπαίδευση* (σσ. 395-415). Πεδίο.
- Σιδηροπούλου-Δημακάκου, Δ. (2012, Δεκέμβριος). Η επαγγελματική και προσωπική ενδυνάμωση του συμβούλου με στόχο την ανταπόκρισή του στις σύγχρονες προκλήσεις. Εισήγηση στο Κυπρο-Ελλαδικό Συνέδριο Συμβουλευτικής και Επαγγελματικής Αγωγής (7-8/12), Ευρωπαϊκό Πανεπιστήμιο Κύπρου, Λευκωσία, Κύπρος.
- Τερζάκη, Μ. (2019). Αξιοποιώντας δραστηριότητες της σχολικής ζωής για τον επαγγελματικό προσανατολισμό των εφήβων: ανάγκες και προσδοκίες εφήβων στη λήψη επαγγελματικών αποφάσεων. Στο Κ. Αργυροπούλου (Επιστημονική Επιμέλεια), *Επαγγελματικός Προσανατολισμός και Λήψη Επαγγελματικών Αποφάσεων* (σσ. 13-39). Γρηγόρη
- Arthur, N., Neault, R., & M. McMahon (2019). *Career Theories and Models at Work*. CERIC.

- Bangali, M., & Guichard, J. (2012). The role of dialogic processes in designing career expectations. *Journal of Vocational Behavior, 81*(2), 183-190. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2012.06.006>
- Blustein, D. L., Kenny, M. E., Di Fabio, A., & Guichard, J. (2019). Expanding the impact of the psychology of working: Engaging psychology in the struggle for decent work and human rights. *Journal of Career Assessment, 22*(1), 176-187. <https://doi.org/10.1177%2F1069072718774002>
- Braun, V. & Clarke, V. (2006) Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101.
- Bronk, K. C., & Finch, W. H. (2010). Adolescent characteristics by type of long-term aim in life. *Applied Developmental Science, 14*(1), 1–10. <https://doi.org/10.1080/10888690903510331>
- De Vos, A., Van der Heijden, B. I. J. M., & Akkermans, J. (2018). Sustainable careers: Towards a conceptual model. *Journal of Vocational Behavior, 117*. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2018.06.011>
- Di Fabio, A. (2016). Positive Relational Management for healthy organizations: Psychometric properties of a new scale for prevention for workers. *Frontiers in Psychology, 7*, 1523. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01523>
- Di Fabio, A., Maree, J. G., & Kenny, M. E. (2018). Development of the Life Project Reflexivity Scale: A New Career Intervention Inventory. *Journal of Career Assessment, 27*(2), 358-370. <https://doi.org/10.1177%2F1069072718758065>
- Di Fabio, A., & Maree, J. G. (2016). A psychological perspective on the future of work: Promoting sustainable projects and meaning-making through grounded reflexivity. *Counseling. Italian Journal of Research and Intervention, 9*(3). <https://doi.org/10.14605/CS931619>
- Dik, B. J., & Duffy, R. D. (2009). Calling and vocation at work: Definitions and prospects for research and practice. *The Counseling Psychologist, 37*(3), 424–450. <https://doi.org/10.1177/0011000008316430>
- Guichard, J. (2018). Final Purposes for Life-and-Career Design Interventions in the Anthropocene Era. In V. Cohen-Scali, L. Nota, & J. Rossier (Eds.), *New Perspectives on Career Guidance and Counseling in Europe. Building Careers in Changing and Diverse Societies* (pp. 189-204). Springer International Publishing. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-61476-2\\_12](https://doi.org/10.1007/978-3-319-61476-2_12)
- Guichard, J. (2009). Self-constructing. *Journal of Vocational Behavior, 75*, 251-258.
- Hartung, P. J., & Santilli, S. (2018). My career story: Description and initial validity evidence. *Journal of Career Assessment, 26*(2), 308–321. <https://doi.org/10.1177/1069072717692980>
- Hooley, T. (2014). *The evidence base on lifelong guidance: A guide to key findings for effective policy and practice*. ELGP Tools No. 3. The European Lifelong Guidance Policy Network (ELGPN). Finnish Institute for Educational Research (FIER), University of Jyväskylä, Finland.
- Kaliris, A., Issari, P., Mylonas, K. (2023). Narrative potential and career counseling under quantity, quality, and mixed interventions: An emphasis on university students. *Australian Journal of Career Development, 32*(1) 48–59. <https://doi.org/10.1177/10384162231153530>
- Kaliris, A., & Issari, P. (2022). Exploring Narrative Ideas in Career Counseling. *Open Journal of Social Sciences, 10*(2), 365-380. <https://doi.org/10.4236/jss.2022.102026>
- Lenart, J. (2016). Sustainable growth and decent work as central ideas of career counseling and life design in an international debate: For a new semio-technique of counseling. *Studia Poradoznawcze/Journal of Counsellogy, 5*, 271–286.
- McAdams, D.P., & Cox, K.S. (2010). Self and identity across the life span. Στο Lerner, R., Freund, A., Lamb, M., (Eds), *Handbook of Life Span Development* (pp. 158–207). Wiley.
- Maree, J., & Di Fabio, A. (2018). Integrating Personal and Career Counseling to Promote Sustainable Development and Change. *Sustainability, 10*(11); 4176. <https://doi.org/10.3390/su10114176>
- Niles, S. G., Engels, D., & Lenz, J. (2009). Training career practitioners. *The Career Development Quarterly, 57*(4), 358-365. <https://doi.org/10.1002/j.2161-0045.2009.tb00122.x>

- Newman, K. L. (2011). Sustainable careers: Lifecycle engagement in work. *Organizational Dynamics*, 40(2), 136–143. <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2011.01.008>
- Patton, W., & McMahon, M. (2006). The Systems Theory Framework of Career Development and Counseling: Connecting Theory and Practice. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 28(2), 153–166. <https://doi.org/10.1007/s10447-005-9010-1>
- Rosen, M. A. (2017). Sustainable development: A vital quest. *European Journal of Sustainable Development Research*, 1(1), 2. <https://doi.org/10.20897/ejosdr.201702>
- Rossier, J., Cardoso, P. M., & Duarte, M. E. (2021). The Narrative Turn in Career Development Theories: An Integrative Perspective. In P. Robertson, T. Hooley, & P. McCash (Eds.). *The Oxford Handbook of Career Development* (pp. 169-180). Oxford University Press.
- Savickas, M. L. (2019). *Career Construction Counseling Manual*. Έκδοση του ίδιου του συγγραφέα.
- Savickas, M. L. (2013). Career Construction Theory and Practice. In R. W. Lent & S. D. Brown (Eds), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (pp. 144-180). Hoboken, NJ: Wiley.
- Savickas, M. L. (2005). The theory and practice of career construction. In S. D. Brown & R. W. Lent (Eds), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (pp. 42-70). Hoboken, NJ: Wiley.
- Savickas, M. L., & Hartung, P. J. (2012). *My career story: An autobiographical workbook for life-career success*. Retrieved 31/01/2021 from: [www.vocopher.com](http://www.vocopher.com).
- Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J. P., Duarte, M. E., & van Vianen, A. E. M. (2009). Life designing: A paradigm for career construction in the 21st century. *Journal of Vocational Behavior*, 75(3), 239-250. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2009.04.004>
- Schiersmann, Chr., Ertelt, B. J, Katsarov. J., Mulvey, R., Reid H., & Weber, P. (Eds.). (2012). *NICE Handbook for the Academic Training of Career Guidance and Counselling Professionals*. Institute of Educational Science.